



# Fit für die Schule



**Fit für die Schule  
Was kleine Kinder von  
ihren Eltern brauchen**

Erziehungsberatung  
Erziehungsdirektion des Kantons Bern  
Sulgeneckstrasse 70  
3005 Bern

Telefon 031 633 85 11  
[www.erp.be.ch/fit-fuer-die-schule](http://www.erp.be.ch/fit-fuer-die-schule)

## Fit für die Schule

### Estimados padres

---

Su hijo/hija tiene entre dos y seis años de edad y a veces, Vd. se pregunta de qué modo se interesará y estará preparado para el jardín de infancia y la escuela.

En nuestra sociedad, la escuela es una ayuda muy importante y atractiva al desarrollo del niño. Es un derecho al mismo tiempo que es un deber – todos los niños empiezan la escuela.

El hecho de aprender de manera organizada dentro de un grupo será más fácil a aquellos niños que son preparados a esto ya desde pequeños.

Vd. los padres tienen mucha influencia sobre su hijo/hija y pueden ayudarlo ya desde ahora. Nuestra experiencia de expertos en psicología infantil nos permite darles los siguientes consejos:

### Niños necesitan de:

---

#### **Seguridad,**

relaciones seguras, cariñosas y de confianza en el ámbito familiar;

#### **Experiencias,**

poder hacer experiencias interesantes y participar desde pequeños en tareas cotidianas sencillas;

#### **Relaciones,**

un ambiente social con otros niños y adultos, en el que pueda aprender a tener confianza en sí mismo y respecto hacia los demás.

### Niños necesitan un idioma

---

El idioma les abre el camino hacia los demás y hacia el aprendizaje. Se transmite en la familia desde pequeños. El idioma ayuda a los niños a crear relaciones. Aprenden como hablar con otros niños o como hablar a una persona adulta. Asimismo aprenden como resolver conflictos a través del habla.

El idioma necesita ser adquirido y hay que cuidar de él. A los niños les gustan los juegos de lenguaje. Prueban los sonidos, inventan con sílabas palabras sin sentido, prueban significados o utilizan a veces palabrotas para probar su repercusión en los adultos.

Los padres acompañan y encaminan a sus hijos a través del idioma. Los niños aprenden a escuchar, a entender y a obedecer, como también a comunicarse a sí mismos. Las reglas de convivencia se establecen hablando. Lo dicho tiene que ser escuchado y entendido. Lo dicho queda dicho.

**El idioma es un tesoro que Vd. les dan a su hijo/hija a para la vida entera.**



## Fit für die Schule

### Adquirir un idioma y cuidar de él

#### **Hablar**

Hable mucho con su hijo/hija, mismo cuando aún es pequeño y no sabe hablar. Ya entiende mucho. Niños pequeños imitan la melodía del habla y dan respuesta a su manera. Algo parecido a una primera conversación se establece. Hablar juntos

es más que solo transmitir información.

Tengan cuidado de hablar a su hijo de manera tranquila y clara, evitando el uso de palabrotas.

El habla no se aprende delante de una televisión. Demasiada televisión o ordenador daña el idioma.

#### **Escuchar**

Escuche atentamente cuando su hijo/hija le habla. Tómese el tiempo necesaria para escucharlo. Cuando le da explicaciones, asegúrese que le esta escuchando y que le ha entendido.

#### **Contar**

Contar una historia a su hijo/hija, mirar con el un libro de imágenes, cantar con él o recitar rimas despierta en el la alegría del hablar y al mismo tiempo les permite de cuidar de la relación con el.



### Efectuar tareas, diferir necesidades

#### **Crear buenas costumbres**

De día en día, hay cosas en la vida familiar que tienen que ser. A veces hay cosas que hay que hacer enseguida y sin discusión: lavarse las manos antes de comer; vestirse para ir de compras; interrumpir un juego interesante y prepararse para ir a la cama, o mas cosas del estilo.

#### **Ayudar**

Propongan a su hijo/hija pequeñas tareas que podrá realizar, tal vez primero junto con Vd. Niños necesitan ayuda y elogio. Con el tiempo podrá cumplir solo con pequeñas tareas: poner la mesa, ordenar, dar una mano.

#### **Esperar**

Son pocas las necesidades y los deseos de los niños que hubiera que realizar enseguida. Todos tienen que aprender a esperar: seguir escuchando al que habla; comer solo cuando sea el momento; mirar la televisión según el programa establecido. Es muy importante que su hijo/hija aprenda a esperar aunque a veces no le guste.

#### **Hacer un esfuerzo**

A veces, aprender es un esfuerzo porque el camino puede ser largo: hay cosas que necesitan ser terminadas. A veces, hace falta que Vd. ayude en esto a su hijo/hija. Otras veces es benéfico el hecho de saber dejarlo aguantar un esfuerzo. La experiencia de saber que ha sido capaz de llevar algo a cabo es una experiencia fundamental para un niño.



## Fit für die Schule

### Dar apoyo, dar límites

#### **Decir no**

Enseñe a sus hijos que hay límites que respetar. Esto les procura seguridad, orientación y apoyo. Sus hijos necesitan reglas que rigen la coexistencia. Decir “no” no hace daño, más aún, es una señal de amor por parte de los padres. No se pueden cumplir todos los deseos. Por ejemplo, no cedan a su hijo cuando en el supermercado se echa gritando al suelo. Facilitara la vida de su hijo/hija si ha aprendido de pequeño a renunciar y a superar decepciones.



#### **Como se lo digo a mi hijo/hija?**

Solo hablar a veces no basta. Es necesario que Vd. dé instrucciones claras y precisas para que su hijo/hija acepte y aplique las reglas. Póngase a altura de sus ojos para darle una instrucción o para decirle que no, con un tono de voz sereno. También puede tocarlo suavemente al hablarle, para que se dé aún mayor cuenta que lo que esta diciéndole va dicho y que es serio. Castigos físicos y amenazas exageradas – como la amenaza de no querer más a su hijo/hija – pesan en la relación padres-hijos y no son indicados de ninguna manera.



### Confíe en sus hijos! Dar animo produce coraje!

Los niños aprenden a través de sus experiencias. Para esto necesitan la confianza de sus padres y ocasiones de probar nuevas cosas y de hacer errores. Un cuidado exagerado y ansiedad desestabiliza los niños y pierden confianza en si mismos. Cada niño toma iniciativas nuevas cuando se siente a gusto y seguro en la situación.

#### **Participar, jugar y descansar**

- Dar un contexto claro necesario a una actividad o un juego: un lugar tranquilo; protección de peligros; evitar la destrucción deliberada y el darse molestias.
- Su hijo/hija es creativo, prueba y descubre: no se mezcle al juego de los niños, solo si pasan los límites o cuando ellos se lo piden.
- A veces los niños se hartan. Permita que el niño se aburra y no le ofrezca siempre una diversión.
- Cada niño debería que tener tiempo para jugar solo y poder calmarse, mismo cuando tiene hermanos. No todo tiene que ser «Action y Fun».
- Sea atento al juego de su hijo/hija una vez por mañana o tarde, más no es necesario. El resto del tiempo, puede hacer participar a su hijo/hija en las tareas cotidianas: pasar el aspirador, cocinar, hacer compras, etc. El niño debe seguirlo a Vd. y no al revés !



## Fit für die Schule

### Jugar en grupo con otros niños

#### Yo y tu

El juego con los demás niños es muy importante para un desarrollo social sano. Jugando con otros niños de su edad el niño experimenta su influencia sobre los demás. Ejercita el acercarse al otro, aprende a tomar en cuenta los sentimientos de los demás o a tenerse a distancia. Mismo niños pequeños pueden desarrollar primeras amistades.



#### Enfado, desilusión y reconciliación

Jugando juntos aparecen diferencias de opinión. Niños pequeños a menudo no son capaces de ver otra solución que la propia y se sienten rápidamente desesperados, incapaces o enfadados. En general son capaces de reconciliarse y siguen jugando alegres. Su presencia da seguridad y confianza a su hijo, le da consuelo, le ayuda a pasar por el enfado y le da de nuevo coraje.

#### Una vez yo y otra vez tu

Los niños aprenden unos de otros cómo es el hecho de ser una vez el más fuerte y otras el más débil, de dirigir o de tener que someterse, de tener unas veces suceso y otras veces mala suerte dentro del grupo. Su hijo/hija también tiene que aprender a pedir disculpas cuando falla.

Su hijo/hija se encuentra con situaciones y personas diferentes. Enséñele que puede jugar con muchos y que debe respetar a todos.

### Adultos son modelos

Ser padres significa enseñar, demostrar, explicar, ilustrar viviendo. Su hijo/hija le observa detalladamente en su vida cotidiana. Le escucha con precisión y le imita. Observa lo que Vd. hace y reproduce lo que es capaz de hacer. Es así que los niños aprenden la mayoría de las cosas importantes para toda su vida futura durante los primeros años. Imitan sencillamente lo que ven vivir a las personas más cercanas y que más quieren.

Así, por ejemplo, aprenden como saludarse por la mañana al levantarse o como decirse buenas noches al ir a la cama. Aprenden como alegrarse juntos y como reñir y volver a hacer las paces. Aprenden cuando ser alegres y cuando tristes. Aprenden lo que significan humor y seriedad. Aprenden como acomodarse de emociones difíciles y agradables y como ser felices. Para los niños, buenos modelos dan seguridad y una buena confianza en sí mismos.

**Goce el tiempo corto durante el que los niños le necesitan tanto y pueden aprender tanto de Vd.!**

Les deseamos mucha felicidad con sus hijos.

Sus Centros de Consejería de Educación del Cantón de Berna.

[www.erz.be.ch/fit-fuer-die-schule](http://www.erz.be.ch/fit-fuer-die-schule)

